

DURMO

SOBRE AS COSTAS

E DE LADO? PORQUE NÃO?

É uma posição instável: se o bebé se move, pode encontrar-se sobre o ventre. Os meios de contenção são perigosos visto que bloqueiam o bebé e não o deixam livre dos seus movimentos.

É A NOVA MODA?

Não, esta recomendação apoia-se sobre muito numerosos estudos, desde 1990 sobretudo, que provaram que dormir sobre as costas oferece o máximo de segurança para o bebé em relação do risco da Morte Súbita do Lactente.

E SE REGURGITAR?

Quando a criança regurgita, um reflexo natural impede-o de engolir o que ele expele. Por outro lado, quando dorme sobre as costas, a cabeça do bebé vira-se para o lado à direita ou esquerda.

PARECE MELHOR SOBRE O VENTRE

Para alguns bebés que têm cólicas é mais confortável adormecer sobre o ventre: pode-se então adormecê-los nos braços e em seguida deitá-los lentamente... as cólicas desaparecem normalmente cerca dos 2-3 meses. Se a criança parece ter um refluxo doloroso, deve falar com o seu pediatra.

E SE ELE SE VOLTAR SOZINHO NA SUA CAMA?

É que está a crescer, é necessário deixá-lo fazer. Neste período, é necessário ser ainda mais vigilantes sobre a qualidade dos colchões.

SOBRE AS COSTAS, O SEU CRÂNIO FICA CHATO

Isto chama-se plagiocefalia. Pode-se evitar incitando o bebé virar a cabeça de um lado para o outro (com um móvel) e fazendo-o brincar sobre o ventre muito cedo e frequentemente durante o dia.

PORQUÊ FAZÊ-LO BRINCAR SOBRE O VENTRE?

Quando estiver despertado, pode ser posto sobre o ventre para se habituar a permanecer nesta posição quando se voltar sozinho. E isto diminui a deformação do crânio aliviando os apoios.

E SE A TEMPERATURA FOR SUPERIOR A 18-20°?

É necessário descobri-lo, um simples body pode ser suficiente durante o verão.